



Häusliche Schulungen wissenschaftlich untersucht

Kinästhetik macht die Pflege leichter

Wie wirksam sind unsere häuslichen Kinästhetik-Schulungen eigentlich? Das wollten wir wissen, nachdem wir bereits seit 2003 regelmäßig Kinästhetik-Kurse für pflegende Angehörige anbieten.

Unser Eindruck: Nicht nur die Angehörigen profitieren körperlich von der täglichen Anwendung, auch die Beziehung zwischen dem, der pflegt, und dem, der gepflegt wird, entspannt und verbessert sich. Aber lässt sich das auch belegen?

Wir haben deshalb Mitte 2009 die beiden konfessionellen Hochschulen in Freiburg gebeten, den Erfolg unsere Arbeit mit wissenschaftlichen Methoden zu überprüfen.

Die Ausgangslage: Die Forscher fanden bei allen befragten Familien nahezu die gleichen Gründe, warum sie sich für eine Kinästhetik-Schulung zu Hause entschieden hatten. Die pflegenden Angehörigen wollten mehr darüber erfahren, wie sie den pflegebedürftigen Menschen rückschonend bewegen können, zum Beispiel vom Bett in den Stuhl oder im Bett von einer Seite auf die andere. Sie wollten bestimmte Pflegeabläufe, die im Alltag oft einfach nicht so funktionierten wie sie sollten, ganz praktisch üben. Und etliche Angehörige erhofften sich Hilfe gegen ihre immer wieder aufkommende Ungeduld im Umgang mit einem Pflegebedürftigen, der oft nicht mehr versteht, worum es geht.

Unser Angebot: Vier unserer Pflegekräfte sind als Kinästhetik-Tutorinnen ausgebildet. Sie führen die 90-minütige Schulung jeweils im Haushalt des Pflegebedürftigen durch. Die Kosten für das häusliche Kinästhetik-Training in Höhe von 75 bis 90 Euro übernimmt die Pflegekasse (§ 45,1 SGB XI).

>



Telefon 07663/4077 • Fax 07663/99727
Hauptstraße 25 • 79268 Bötzingen

Telefon 0761/580218 • Fax 0761/582594
Alte Bundesstraße 48 • 79194 Gundelfingen

sozialstation.boetzingen@gmx.de
www.sozialstation-boetzingen.de



Einige Ergebnisse:

I. Durch die Schulung konnten die Angehörigen **mehr Sicherheit** gewinnen. Sie lernten, in der Pflegesituation gelassener zu bleiben und eine liebevoll-zugewandte Haltung gegenüber dem Pflegebedürftigen einzunehmen und beizubehalten. Diese erwünschten Wirkungen zeigten sich umso mehr, je exakter die Schulung an einem konkreten pflegerischen Problem oder an dem jeweils vorliegenden Krankheitsbild – wie zum Beispiel Demenz – ansetzte. Die Sicherheit, die ein Angehöriger im täglichen Umgang mit dem Kranken so gewann, hatte positive Folgen: Sie führte zu einer erhöhten Bewegungsfähigkeit des Pflegebedürftigen. Dadurch verringerte sich die körperliche Belastung für den Angehörigen, was wiederum die Pflegebeziehung deutlich verbesserte.

II. Kinästhetik wird nicht zuletzt auch über Bewegungserfahrung vermittelt. Das war für die meisten Angehörigen ein Schlüsselerlebnis, beeinflusste ihr Lernen positiv und führte zu einer durchgreifenden Änderung im Verständnis für die Bewegung und in der Beziehung zum Pflegeempfänger.

III. Die Angehörigen fanden es hilfreich, in der Tutorin sowohl eine **kompetente Ansprechpartnerin** für **Bewegungsaktivitäten** als auch für andere pflegerische Probleme zu haben. Informationen zum Umgang mit Demenz, Inkontinenz oder anderen Krankheitsbildern wurden sehr positiv aufgenommen.

IV. Die Schulungen wirken **vorbeugend**. Die Belastung der Angehörigen sinkt, das Risiko eines Burn-outs und damit das Aus der familiären Pflegeleistungen nimmt deutlich ab.



V. Es ist vorteilhaft, wenn sich alle Beteiligten – die reguläre Pflegekraft, die Angehörigen und die Kinästhetik-Tutorin – bereits vor einer Schulung kurzschließen, um den **individuellen Schulungsbedarf** genau festzustellen. Das verschafft Angehörigen auch Klarheit darüber, was eine Schulung realistisch erreichen kann und sorgt für spätere Zufriedenheit mit dem Verlauf und dem Ergebnis.

VI. Um die Schulungen noch effektiver zu machen, empfehlen die Wissenschaftler, dass die Schulungsteams eng mit den Bezugspflegekräften und anderen professionellen Helfern im Pflegearrangement kooperieren. Unbedingt, so heißt es in der Studie, „sollte das **Wissen von Ergo- und Physiotherapeuten** genutzt werden, um eine dauerhafte Verbesserung oder Erhalt der Mobilitätslage zu gewährleisten, die Inhalte der Schulung zu vertiefen und die Sturzprophylaxe auf professionelle Art und Weise einzuführen.“

Die Studie, so die Forscher, ist ein erster Schritt zu Evaluation und Qualitätsmessung unserer Schulungen und ausbaufähig. Weitere Ergebnisse enthält der komplette Forschungsbericht, den wir auf Wunsch gerne im pdf-Format zur Verfügung stellen
> bestellen über sozialstation.boetzingen@gmx.de

Die Untersuchung, die mit den Methoden der qualitativen Sozialforschung durchgeführt wurde, erfolgte durch die Studierenden Jutta Busch, Ursula Laule, Meike Messerschmidt, Helena Schneider, Meike Schwarz und Nicole Wußler. Begleitet wurde die Forschungsarbeit von Birgit Schuhmacher, Dipl.-Soziologin, Arbeitsschwerpunkt Gerontologie und Pflege im FIVE – Forschungs- und Innovationsverbund an der Evangelischen Hochschule Freiburg e.V., und Wilhelm Gertsen, Dipl.-Pflegepädagoge, Lehrbeauftragter und wissenschaftlicher Mitarbeiter der Katholischen Hochschule Freiburg.